KIKKOMAN

Tintenfisch-Teriyaki gefüllt mit Sushi-Reis

Gesamtzeit **35 Min.** **20 Min.** Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

ZUTATEN

2 Portion(en)

100 g	grüner Salat (z. B. Romana- oder Kopfsalat)
3 EL	eingelegter Ingwer für Sushi
3	Frühlingszwiebeln, in Ringen
3 EL	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Yuzusaft
4	mittelgrosse Calamari-Tuben (je 80–100 g), küchenfertig
250 g	Sushi-Reis, gekocht (siehe Tipp)
1 EL	Pflanzenöl
4 EL	Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce mit Honig & Rauchgeschmack
2 EL	gesalzene Knabber-Erdnüsse
1	Yuzu, geviertelt (alternativ: Limette)
Ausserdem:	
	Holzspiesschen zum Verschliessen der Tintenfischtuben

ZUBEREITUNG

Schritt 1

100 g grüner Salat (z. B. Romana- oder Kopfsalat) - **3 EL** eingelegter Ingwer für Sushi - **3** Frühlingszwiebeln, in Ringen - **3 EL** Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Yuzusaft

Salat waschen, schleudern und dicke Blattrippen herausschneiden. Für den Dip Ingwer in Streifen schneiden, mit Frühlingszwiebeln und Kikkoman Ponzu Yuzu verrühren.

Schritt 2

4 mittelgrosse Calamarituben (je 80 – 100 g), küchenfertig - **250 g** Sushi-Reis, gekocht (siehe Tipp) - Holzspiesschen zum Verschliessen der Tintenfischtuben

Tintenfischtuben waschen, abtropfen lassen und mit Sushi-Reis füllen – nicht zu fest, damit die Tuben nicht aufplatzen. Die Enden mit Holzspiesschen verschliessen.

Schritt 3

4 EL Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce mit Honig & Rauchgeschmack

Tintenfische auf dem Grill oder in einer Grillpfanne bei mittlerer Hitze 10 Minuten grillieren. Dann von allen Seiten mit Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce Honig bestreichen, dabei immer wieder wenden – das dauert insgesamt noch einmal 2 Minuten.

Schritt 4

2 EL gesalzene Knabber-Erdnüsse - **1** Yuzu, geviertelt (alternativ: Limette)

Erdnüsse im Blitzhacker grob zerkleinern. Tintenfische mit Erdnüssen bestreuen, in dicke Scheiben schneiden und auf Salatblättern anrichten, Yuzu und Yuzu-Ingwer-Dip dazu

servieren.